

# Demenzsensibles Krankenhaus

Gefahrenfrei  
zu Hause

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Universität Tübingen



Klinikum Esslingen   
Das Qualitätskrankenhaus

## » Gefahrenfrei zu Hause

Die Gestaltung der Umgebung trägt maßgeblich zur Vermeidung von Stürzen und zur besseren Orientierung bei. Mit diesen Tipps können Betroffene und Angehörigen vorsorgen und unterstützen.

### Demenz zu Hause

- » Beseitigen Sie potenzielle Stolperfallen wie etwa Teppichkanten, Läufer, Kabel, Schwellen oder lose Gegenstände auf dem Boden.
- » Achten Sie auf ausreichend Platz – vermeiden Sie Engstellen.
- » Schaffen Sie eine gute und helle Beleuchtung in der gesamten Wohnung. Achten Sie besonders auf schlecht beleuchtete Bereiche wie Ecken, Nischen oder Treppen.
- » Sorgen Sie ebenfalls für eine ausreichende Nachtbeleuchtung (z.B. Nachtlichter, Bewegungsmelder) und fluoreszierende Bänder für den Weg zur Toilette.

### Demenz im Alltag

- » Geben Sie durch kräftige Farben und leicht verständliche Symbole Orientierung. Kennzeichnen Sie z.B. Lichtschalter und Türen.
- » Achten Sie auf helle Böden und Räume. Dunkle Flächen können als Hindernis gesehen werden.
- » Lassen Sie keine Medikamente, Reinigungsmittel oder sonstige Gefahrenstoffe offen stehen oder liegen.
- » Kontrollieren Sie die Nahrungszufuhr.

### Hilfsmittel

- » Das Bett sollte höhenverstellbar sein und eine verstellbare Liegefläche bieten.
- » Achten Sie bei Sitzgelegenheiten (z. B. Sofa, Stühle, Toilettensitz-erhöhung) auf ausreichende Höhe.
- » Motivieren Sie zur Verwendung von Gehhilfen z.B. Rollatoren.
- » Achten Sie auf die Nutzung von aktuellen Brille und Hörgeräten
- » Sorgen Sie für das Tragen von festem Schuhwerk.
- » Nutzen Sie elektronische Hilfsmittel wie z.B. Personen-Ortungssysteme, Bewegungs- und Rauchmelder oder Sensormatten, Notrufknopf am Körper.
- » Versuchen Sie, die körperliche Fitness durch regelmäßige Bewegung und Therapien zu erhalten.

Bitte beachten Sie, dass die Informationen in dieser Broschüre allgemein gehalten sind und nur in Zusammenarbeit mit den Ärzten und Physiotherapeuten des Klinikum Esslingen individuell angepasst werden können. Bei Fragen sprechen Sie uns an.

**Klinikum Esslingen**   
Das Qualitätskrankenhaus

Ein Unternehmen der   
STADT ESSLINGEN A.N.

Klinikum Esslingen GmbH · Hirschlandstr. 97  
73730 Esslingen · Telefon 0711 - 3103 - 0

[www.klinikum-esslingen.de](http://www.klinikum-esslingen.de)